

ТАКАЯ ВОТ СТАТИСТИКА

# Россияне курят, американцы — бегают

## КАЖДЫЙ БОРЕТСЯ С ЛИШНИМ ВЕСОМ ПО-СВОЕМУ

В ХОДЕ международного опроса общественного мнения, проведенного американским журналом «Reader™ Digest», выяснилось, что россияне лидируют по частоте попыток снизить вес с помощью курения. Кроме того, жители России наиболее склонны считать причиной лишнего килограммов наследственную предрасположенность.

Всего было опрошено 16 тысяч человек из 16 стран мира, оказалось, что 23% опрошенных мужчин и 18% женщин из РФ пытаются сбросить вес с помощью курения. При этом 70% опрошенных россиян склонны обвинять в своей полноте генетические факторы.

Самыми самокритичными в вопросах природы ожирения оказались филиппинцы — 82% из них признались, что просто не могут отказаться от вкусной пищи. Жители США

считают, что главная причина лишнего веса — недостаток физических нагрузок. По мнению большинства опрошенных французов, набору веса сильнее всего способствует американский фастфуд.

Также выяснилось, что наиболее ответственно относятся к своему весу жители Финляндии: 83% опрошенных финнов прилагали какие-либо усилия для его снижения. Лидером по приему препаратов от ожирения (48% участников опроса) стал Китай.

По данным Всемирной организации здравоохранения, в настоящее время ожирение стало большей проблемой в мире, чем голод. Согласно статистике, избыточный вес имеют 1,6 миллиарда жителей Земли, из них 18 миллионов — дети в возрасте до пяти лет. По оценкам экспертов, с ожирением связано не менее 2,5 миллиона смертей ежегодно.

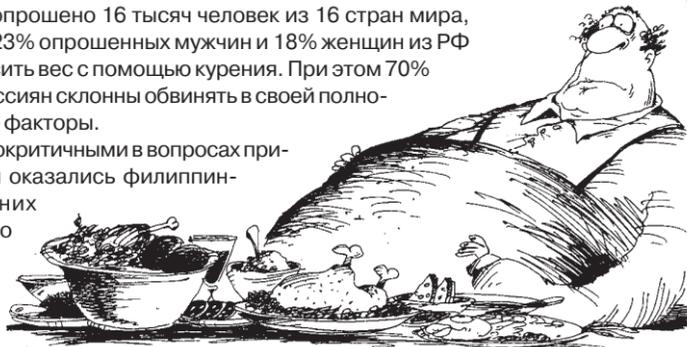


Рисунок Михаила ЛАРИЧЕВА

## МЕДИЦИНСКИЙ ГОРОСКОП

С 20 по 26 января

**♈ ОВЕН.** Вы рискуете набрать лишний вес. Эмоциональные всплески оказываются изнурительными для вашей психики и нервной системы. Есть вероятность желудочно-кишечных заболеваний и болезни печени, поэтому следите за питанием, лучше не включать в рацион жирную и жареную пищу.

**♉ ТЕЛЕЦ.** Неблагоприятный период, который сопровождается эмоциональным напряжением, внутренним разладом, беспокоеством по пустякам и быстро меняющимся настроением. Неосторожные действия, потеря бдительности могут стать причиной травмы.

**♊ БЛИЗНЕЦЫ.** Берегитесь простуды. Ненужные эмоции, нервозность и нездоровые пристрастия в еде и потреблении напитков могут привести к несварению желудка и обострению желудочно-кишечных заболеваний.

**♋ РАК.** Подходящее время для начала лечения тяжелых хронических недугов, в том числе воспалительных и аллергических заболеваний и заболеваний костно-мышечной системы, а также зубов.

**♌ ЛЕВ.** Хороший период для проведения хирургических операций. Подвижность, необычная активность могут стать причиной незначительных травм (порезы, ушибы). Начните заниматься физзарядкой по утрам или посещать тренажерный зал.

**♍ ДЕВА.** Повышается трудоспособность, вы энергичны и бодры. Не исключены эмоциональные всплески, состояние напряженности, однако не стоит делать никаких выводов о состоянии здоровья — они могут быть ошибочными.

**♎ ВЕСЫ.** Благоприятный период для начала длительного лечения воспалительных и аллергических заболеваний, а также заболеваний половой сферы. Возможны головные боли. Не тяните с обращением к специалистам.

**♏ СКОРПИОН.** Вы получите прекрасный эффект от электропроцедур (КУФ, УВЧ и др.), подходящее время для комплексного обследования, сканирования. Эффективны будут любые водные процедуры, особенно ванны для ног.

**♐ СТРЕЛЕЦ.** Период сопровождается бодростью духа, повышением жизненных сил. Следует избегать переизбытка и чрезмерного стремления к удовольствиям. Особенно важно в эти дни не перегружать печень и сердце.

**♑ КОЗЕРОГ.** Благоприятное время, которое характеризуется усилением деятельности различных систем организма и повышением чувствительности нервной системы. Удачный период для зачатия.

**♒ ВОДОЛЕЙ.** Критический период для здоровья: могут обостриться некоторые заболевания, особенно связанные с обменом веществ, нарушением гормональной сферы. Избегайте купаний в холодной воде, есть риск инфекционного заболевания. Тщательно соблюдайте санитарно-гигиенические требования в быту.

**♓ РЫБЫ.** Время резких изменений, в том числе и в состоянии здоровья. Могут беспокоить перебои в работе различных систем организма, особенно нервной и сердечно-сосудистой систем. Старайтесь не волноваться, в крайнем случае примите успокоительные средства.

Подготовил Виктор БАУЕР



Ведущая рубрики — Светлана ЯКОВЛЕВА

# Для любимого готова на все!

ГРАЖДАНСКИЙ БРАК СТАНОВИТСЯ ПОПУЛЯРНЕЕ

Фото Натальи ЧАЙКИ



Почти все девушки мечтают о свадьбе...

По статистике, среди молодых людей в возрасте от 20 до 30 лет количество живущих в гражданском браке составляет от 5 до 8 процентов. Пик приходится на 23 года. В этой возрастной категории таких пар больше всего. Несколько процентов приходится на возраст 17 лет. К тридцати годам количество вступающих в гражданский брак снижается до пяти процентов. Это свидетельствует о том, что долговременными такие отношения бывают редко.

Отчего люди, чаще всего мужчины, порой так неохотно вступают в законный брак, предпочитая свободные, ни к чему не обязывающие отношения? О природе этого популярного нынче явления рассуждают наши постоянные авторы — старший преподаватель Государственного института психологии и социальной работы Татьяна ГАГАНОВА и доктор медицинских наук сексолог Игорь КНЯЗЬКИН.

